

Fruits & Veggies—More Matters® Bulletin Board

1. List three reasons fruits and veggies are good for you.
 - a. _____
 - b. _____
 - c. _____
2. What is the best form of fruits and veggies?
 - a. Fresh
 - b. Frozen
 - c. Canned
 - d. Dried
 - e. Juice
 - f. All of the above
3. How will you add more fruits or veggies to your diet?
4. What is one way you can eat more fruits and veggies without spending too much money?
5. How will you eat fruits and veggies without spending too much time on preparing them?
6. How will you help your child or children like fruits and veggies more?

Fruits & Veggies—More Matters® Boletín de Anuncio

1. Nombre tres razones por las cuales las frutas y verduras son buenas para usted.
 - a. _____
 - b. _____
 - c. _____
2. ¿Cuál es la mejor forma de consumir frutas y verduras?
 - d. Frescas
 - e. Congeladas
 - f. Enlatadas
 - g. Secas
 - h. En Jugo
 - i. Todas las anteriores
3. ¿Cómo agregará usted más frutas o verduras a su dieta?
4. ¿Diga cuál es una manera en la que usted puede comer más frutas y verduras sin gastar demasiado dinero?
5. ¿Cómo comerá usted las frutas y verduras y sin pasarse demasiado tiempo en prepararlos?
6. ¿Cómo ayudará usted a su niño o a sus niños a que les gusten más las frutas y verduras?
7. ¿Tengo yo que comer frutas y verduras para recibir los beneficios de ellas?
 - j. ¡Sí!!!
 - k. ¡Absolutamente!!!
 - l. ¡Con seguridad!!!
 - m. Todas las anteriores